

На актуальную тему

ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВЫМ

Сегодня на вопросы наших читателей отвечает директор Инновационного Научно-методологического центра PSYLOGO, кандидат психологических наук, действительный член Профессиональной психотерапевтической лиги Анна Викторовна ШИШКОВСКАЯ.

— Анна Викторовна, почему ваш центр называется именно PSYLOGO?

— PSYLOGO это инновационное направление в современной психотерапии, которое дает человеку практические инструменты для позитивных изменений в любой сфере его жизни. Говоря простым языком, помогает раскрыться в своей уникальности, осознать смысл собственной жизни, научиться принимать решения и управлять ею, обрести здоровье, гармонию, неповторимые красоту и стиль.

— С какими проблемами можно обращаться в ваш центр?

— Научкой установлено, что стресс и хроническое переутомление являются одной из основных причин сердечно-сосудистых заболеваний, неврологических нарушений, пищевых расстройств и других психосоматических недугов. Почти каждому из нас в той или иной степени знакомы такие симптомы, как головные боли, быстрая утомляемость и неудовлетворенность, тревога и депрессия, нервозность, беспокойство, нарушения пищеварения, сна, трудности с длительной концентрацией...

Так вот, программы PSYLOGO позволяют эффективно решать ваши наиболее актуальные проблемы.

— Я знаю, что есть услуги, которые в Ростове представляются толь-

ко в вашем центре. Расскажите о них подробнее.

— Я с уверенностью могу сказать, что все услуги, которые мы предлагаем, являются эксклюзивными, поскольку уникален сам подход PSYLOGO. И действительно, есть программы, не имеющие аналогов. Например, курс аутотренинга на юге России можно пройти пока только в нашем центре. Этот метод доказал свою эффективность при лечении неврозов, страхов, апатии, головных болей. Аутотренинг оказывает нормализующее воздействие на основные физиологические функции и даже на обменные процессы в организме. То есть можно работать со всем организмом в целом и с отдельными заболеваниями в частности, достигая качественного улучшения.

Многие ростовчане помнят тренинги по психической саморегуляции, которые более двадцати лет назад проводил известный психотерапевт Виктор Валентинович Кондрашов. Многие люди принимавшие в них участие, тогда добились существенного улучшения своего состояния. Мы решили восстановить эту программу под руководством Виктора Валентиновича Кондрашова.

— Значит, в вашем центре оказывают не только психологическую под-

держку, но и помощь при заболеваниях?

— Да, мы помогаем при заболеваниях, имеющих психосоматическую природу. Очень многие люди страдают от вегетососудистой дистонии (ВСД), нейроциркуляторной дистонии и приступов панических атак. Специалисты нашего центра оказывают быструю и эффективную помощь людям с такими диагнозами. Без лекарств! Уже на первом сеансе мы научим вас, как перестать бояться панической атаки и приступов ВСД. В последующем вы сможете сами контролировать свои приступы. С помощью специалиста можно достичь основной цели — избавиться от приступов практически полностью.

— Многим женщинам наверняка будет интересно узнать о методе эффективного похудения.

— Мы предлагаем технологию ЭКО-похудение. Это экологичный и здоровый способ обрести привлекательную фигуру! Он специально адаптирован под современного человека с его бешеным ритмом жизни. Среди эффектов ЭКО-похудения: повышение общего качества жизни, хорошее самочувствие, энергичность, оздоровление всего организма. Самое главное, что мы не используем устаревшие правила диет, после которых сброшенные с таким трудом килограммы могут с лихвой возвращаться. С научным подходом ЭКО-похудения вам не придется считать калории, терпеть чувство голода, не есть после шести часов вечера.

— Да, иметь привлекательную фигуру мечтает, наверное, любая женщина. Какие еще программы для прекрасного пола вы предлагаете?

— Уникальный практический тренинг «Искусство БЫТЬ Женщиной». Он по-

священ женщинам, которые независимо от возраста, внешних данных и социальной успешности имеют одну сокровенную цель — быть любимой и желанной. И эта мечта может быть достигнута, только когда женщина возрождается и открывает в себе Истинную Женщину. Такая Женщина вызывает неподдельное восхищение и уважение мужчин. На этом тренинге совсем немного теории и много практики, медитаций, упражнений. По окончании тренинга вы научитесь прописывать и воплощать мечту в реальность и сможете пробудить в себе Женщину, полную скрытого огня и чувства собственного достоинства.

— Оказываете ли вы помощь при зависимостях?

— У нас есть также специальная технология «Как бросить курить». Это не просто скучные лекции о вреде курения. Мы даем только проверенные методы, как бросить курить. Это тренинг для того, кто хочет бросить курить, но самостоятельно это сделать не получается — не хватает силы воли, и каждый раз закуривает после очередного конфликта на работе или стресса. Для тех, кому нужна квалифицированная консультация и реально работающие техники.

— Анна Викторовна, думаю, нашим читателям будет интересно узнать подробнее и о других услугах вашего центра.

— Мы также предлагаем услуги по профориентации. Здесь применяется



методика MBTI, получившую широкое распространение в европейских странах и США по причине ее информативности и эффективности. В результате мы с вами имеем возможность использовать ее для установления сильных и слабых аспектов вашего информационного восприятия, раскрытия творческого потенциала, профессионального самоопределения и формирования индивидуального стиля в профессиональной деятельности. Этот подход позволяет выявить профессиональные склонности, стимул деятельности, стиль общения, факторы стресса, получить рекомендации по развитию навыков, а для

- ЭКО-похудение
- PSYLOGO-технология избавления от курения
- Аутотренинг
- PSYLOGO-метод при ВСД и панических атаках
- Тренинг красоты и женственности
- PSYLOGO-профориентация
- Индивидуальная помощь психолога

школьников старших классов — рекомендации по поступлению в вуз.

Кроме того, вы всегда можете прийти к специалистам нашего центра на индивидуальную консультацию. Мы с удовольствием поможем вам в решении ваших самых животрепещущих проблем и сделать первые шаги к вашему успеху!

В нашем центре работают высококвалифицированные профессиональные психологи, кандидаты психологических наук.

На правах рекламы



**АДРЕС: РОСТОВ-НА-ДОНУ, УЛ. СТАБИЛЬНАЯ, 11/1. ТЕЛЕФОНЫ
ДЛЯ ЗАПИСИ И КОНСУЛЬТАЦИЙ: (863) 201-10-42, (863) 221-02-04,
8-909-404-404-4. ПОДРОБНОСТИ НА САЙТЕ WWW.PSYLOGO.RU**